യോഗവാസിഷ്ഠഃ/പ്രകരണമ് 5
(ഉപശമപ്രകരണമ്)/സർഗം 40

ശ്രീഭഗവാനുവാച .

സ്ഥൈര്യൻ ദേഹസ്യ ദൃഷ്ടസ്യ ജീവിതം പ്രോച്യതേ ജനൈഃ .
ദേഹാന്ത/രാർ/ഥൻ ദേഹസ്യ സംൻത്യാഗോ മരണം സ്മൃതമ് .. 1

ദ്വാ+ഭ്യാംഞ്ച് ചൈവാസി പക്ഷാഭ്യാ/മാ+ഭ്യാം/ മുക്തോ മഹാമതേ .
കിൻ തേ മരണ-മസ്തീഹ കിംവ് വാ ജീവിത-മസ്തി തേ .. 2

നിദർശ-നാർഥ-മേത+ത്തു മയോക്ത-മരിമർദന .
ന ത്വംഞ്ച് ജീവസി സർവജ്ഞ+ മ്രിയസേ ന കദാചന .. 3

ദേഹ-സംസ്ഥോ+ഽപ്യദേഹ+ത്വാ/ദദേഹോ+ഽസി വിദേഹ-ദൃക് .
വ്യോമ-സംസ്ഥോ+ഽപ്യസക്ത+ത്വാ/ദ+വ്യോ/മേവഹി മാരുതഃ .. 4

സ്പർശ-സംബോധ-കാരി+ത്വാദ്/ദേഹ ഏവാസ്തി സുവ്രത .
ഉഥ്.സേധാ/രോധ-ക+ത്വേന/ ഖമുഥ്-സേധസ്യ കാരണമ് .. 5

പ്രബുദ്ധോ+ ജ്ഞാത-വസ്/തുത്വാദ്-ദേഹഃഖ്ക്വ ശമിനാ-മിഹ .
ഇദൻ ത്വേകം പരിച്ഛിന്നം/ രൂപ-മജ്ഞേഷു ദുഃസ്ഥിതമ് .. 6

സർവദാ സർവ-മേവാസി ചിത്/പ്രകാശഃഥ് പരൈക-ധീഃ .
കോ ദേഹഃഖ് കോ+ഽപ്യ-ദേഹസ്തേ/ യംങ് ഗൃഹ്ണാസി ജഹാസി ച .. 7

സമുദേതു വസന്തോ വാ/ വാതു വാ+ പ്രലയാ-നിലഃ .
ഭാവാ-ഭാവ-വിഹീനസ്യ കിമ+ഭ്യാഗത-മാത്മനഃ .. 8

പ്രലുഠത്-സ്വപി ശൈലേഷു കല്പാഗ്നിഷു ദഹത്-സ്വപി .
വഹത്-സൂത്/പാത-വാതേഷു+ സ്വാത്മ+ന്യേവ ഹി തിഷ്ഠതി .. 9

സർവ-ഭൂതാനി തിഷ്ഠന്തു സർവ-മേവ+ പ്രയാതു വാ .
ന+ശ്യ+ന്തു വാഥ വർധന്താ/മാത്മ+ന്യേവാഭി/തിഷ്ഠതി .. 10

ക്ഷീയതേ ന+ ക്ഷയം പ്രാപ്തേ വർധമാനേ ന വർധതേ .
ന+സ്പന്ദതേ+ സ്പന്ദ-മാനേ/ ദേഹേ+ഽസ്മിൻ/പരമേശ്വരഃ .. 11

ദേഹ+സ്യാഹ-മഹൻ ദേഹീതി+ ക്ഷീണേ ചിത്ത-വിഭ്രമേ .
ത്യജാമി ന+ ത്യജാ-മീതി കിം മുധാ കലനോ-ദിതാ .. 12

ഇദംങ് കൃത്വാ കരോമീദ/മിദൻ ത്യക്-ത്വേദ-മിത്യലമ് .
ഇതി തത്ത്വ-വിദാൻ താത സംകല്പാഃസ് സംക്ഷയംങ് ഗതാഃ .. 13

പ്രബുദ്ധാഃസ് സർവ-കർതാരഃഖ് കരിഷ്യ+ന്തീഹ കിംചന .
ന തസ്യാ-കരണേ നിത്യ/മകർതൃത്വ-പദംങ് ഗതാഃ .. 14

അകർ-തൃത്വാ-ദഭോക്-തൃത്വ/മർഥാ-ദേവ സമാഗതമ് .
സംങ് ഗൃഹീതംങ് കിലാ-നുപ്തംങ് കേനേഹ ഭുവന+ത്രയേ .. 15

ശാന്തേ കർതൃ+ത്വ/ഭോ+ക്തൃത്വേ ശാന്തിരേ-വേഹ ശിഷ്യതേ .
പ്രൗഢി-മ+ഭ്യാഗതാ സൈവ മുക്തി-രി+ത്യുച്യതേ ബുധൈഃ .. 16

പ്രബുദ്ധാ+ശ്ചിന്മയാഃശ് ശുദ്ധാഃസ് സർവ-മാക്രമ്യ സംസ്ഥിതാഃ .
കിംൻ ത്യക്തം പരി-ഗൃഹ്ണന്തു കിംങ് ഗൃഹീതംൻ ത്യജന്തു വാ .. 17

ഗ്രാഹ്യ+ഗ്രാഹക-സംബന്ധ+പ്രമിതാ-വയ-വി+ക്രമൈഃ .
ഹീനഃഫ് പ്രമേയാ-വയവൈഃഖ് കിംങ് ഗൃഹ്ണാതു ജഹാതു കിമ് .. 18

ഗ്രാഹ്യ+ഗ്രാഹക-സംബന്ധേ+ ക്ഷീണേ ശാന്തി-രുദേ+ത്യലമ് .
സ്ഥിതി-മ+ഭ്യാ-ഗതാ ശാന്തിർ/മോക്ഷ-നാമ്നാഭി-ധീയതേ .. 19

ത+ത്ര+ സ്ഥിതാഃസ് സദാ ശാന്താസ്/ത്വാദൃശാഃഫ് പുരുഷോത്തമാഃ .
സുഷുപ്താ-വയവ+സ്പന്ദ/സാധർ+മ്യേണ ചരന്തി ഹി .. 20

പരാവ-ബോധ-വി+ശ്രാ+ന്ത/വാസനോ ജഗതി+ സ്ഥിതിമ് . .
അർധസുപ്ത ഇവേ-ഹേമാംൻ ത്വം പശ്യാത്മ+സ്ഥയാ ധിയാ .. 21

ന രമന്തേ ഹി ര+മ്യേഷു സ്വാത്മ+ന്യേവ ഗതാശയാഃ . .
നോ+ദ്വി+ജന്ത്യ്+ന്യ/ദുഃഖേഷു+ സ്വാത്മ+ന്യേക-രസായനാഃ .. 22

നിത്യ+പ്രബുദ്ധാ ഗൃഹ്ണന്തി കാര്യാണീ-മാന്യ-സങ്ഗിനഃ .
മുകുരാ ഇവ ബിമ്ബാനി യഥാ+പ്രാപ്താ+ന്യവാഞ്ച്-ഛയാ .. 23 .

ജാ+ഗ്രതി+ സ്വാത്മനി+ സ്വസ്ഥാഃസ് സുപ്താഃസ് സംസാര-സംസ്ഥിതൗ .
ബാലവത്/പ്രവിവേ-പന്തേ സുഷുപ്ത-സദൃശാ-ശയാഃ .. 24

ത്വമ-ജിത-പദവീ-മുപാ-ഗതോ്ന്തഃഖ്
കമലജ-വാസര-മേകമേവ ഭു+ക്ത്വാ .
ഗുണ-ഗണ-കലിതാ-മിഹൈവ ലക്ഷ്മീം
വ്രജ പര-മാസ്പദ-മച്യുതം മഹാത്മൻ .. 25

ഇ+ത്യാർഷേ+ ശ്രീവാസിഷ്ഠ-മഹാരാമായണേ വാല്മീകീയേ മോക്ഷോ-പായേഷൂപ-
ശമ+പ്രകരണേ+ പ്രഹ്ലാദ-ബോധനംൻ നാമ ചത്വാ/രിംശഃസ് സർഗഃ .. 40 ..
ഓം
****
CHECKED BY GURU P.R.IYER
31.10.2023